© Drogues Info Service - 9 décembre 2025

Forums pour l'entourage

Comment savoir s’il consomme encore ?

Par Elia7 Posté le 04/05/2020 à 10h05

Bonjour, cela fait peu de temp que je suis avec mon petit ami , il m’a avoué avoir consommé de la drogue pendant 4/5 ans et être actuellement sous méthadone sirop 25mg |jour depuis 1an et demi (les doses du début ont diminués)
Je trouve que c’est déjà un grand pas de me l’avoir dit , je n’ai jamais consommé de drogue et personne de mon entourage n’en consomme.
Je suis très à l’écoute avec lui , cela prendra le temp que ça prendra .
Mais j’ai peur qu’il soit pas complètement honnête(ce que je peux comprendre)
Il me dis qu’il vie très bien l’arrêt de la drogue , qu’il ne pourrait jamais en reprendre ect (soit , je trouve ça génial) .
Or , il est chez moi tout les soirs depuis une semaine (il Trvail dans le bâtiment la journée)
Et il boit au moins 3 bières par soir (je sais qu’il boit un ou deux roses là journée au Trvail , alors , je ne suis pas une grande consommatrice d’alcool je trouve que quotidiennement , et « autant » ça fait beaucoup) ,
Je lui ai demandé si avec son traitement c’était compatible , il me dis que ce n’est rien , ce n’est que de la bière , mais j’ai bien l’impression qu’il remplace son ancienne addiction avec une autre .
Puis , hier ,il me dis qu’il doit allé 5 minutes chez lui chercher des chaussures (je ne me suis pas vraiment posé de question sur le coup)et il revient avec une paire de chaussure de ville je lui dit , mais ou veux tu allé avec ces chaussures , nous somme confinés et demain tu trvails ? Il m’a répondu , non c’est comme ça au cas où .
Je trouve ça très étrange , le fait d’avoir passé le weekend entier chez moi (ce n’était pas encore arrivé qu’il passe tout le weekend) il a fallu qu’il parte quand même , je sais que les chaussures étaient un prétexte , mais , lequel ...
c’est la que j’ai besoin de votre aide , je ne connais pas vraiment le « monde » de la drogue , les effets ect , comment puis je savoir s’il consomme encore , est l’alcool ne ferait pas plus de mal ?
Je ne veux pas le brusquer , donc je voudrais trouver les bons mots pour lui parler .

4 réponses

Profil supprimé - 04/05/2020 à 14h37

Hello, alors déjà, le fait que tu sois complètement étrangère au monde de la drogue est effectivement un signe fort qu'il veut sortir de ce monde-là - un grand pas en avant - et une chance de plus que sa sortie fonctionne. D'expérience, c'est beaucoup plus dur de s'en sortir quand les deux tournent, car il y en a toujours un qui va avoir envie de craquer, quelque part ça augmente considérablement les risques de rechute - même si ça peut fonctionner quand même. Je ne dis pas que les couples d'usagers sont condamnés, mais que c'est plus difficile. Je connais ce monde depuis 25 ans - 7 ans à fond dedans et le reste à tenter de comprendre et observer, tout en ayant une distance de sécurité. C'est aussi important de changer de cercle d'amis et d'éviter

de se mettre en danger en fréquentant des gens qui tournent durant ... longtemps...
Au début, on a présenté le subutex et la méthadone comme la solution pour sortir complètement de la drogue - on pensait que les usagers passeraient six mois- un an sous traitement de substitution, puis baisseraient et arrêteraient complètement. En vingt ans - ce qui n'est pas énormé - les soignants sur le terrain se sont rendus compte que c'est plus complexe que cela. Certain - un petit pourcentage - arrêteront tout au bout de plusieurs années, d'autres auront besoin d'en prendre plus ou moins le reste de leur vie - ma psy me disait qu'elle organisait des formations pour les EPAHD, pour les anciens de cette " première" génération.
Ensuite, il n'y a pas un traitement et un chemin identique pour tous, chaque patient est différent, est venu à l'addiction pour des raisons différentes souvent profondément ancrée dans l'enfance et la personnalité, et il faut donc une approche globale, et une bonne prise en charge thérapeutique - à mon sens - pour régler le problème en profondeur.
En gros, je vois ça comme ça : le traitement de substitution, c'est le plâtre qu'on pose sur le membre blessé, pour ne pas qu'il se blesse plus encore ou soit en danger, de par sa fragilité. Certains auront besoin d'un plus gros plâtre que d'autres, ou de le garder plus longtemps. Mais il faut des béquilles - pour pouvoir marcher et continuer à vivre pendant que l'os se consolide : ces béquilles, c'est la prise en charge psy, le partenaire de vie, la famille, les amis et le travail. Et - et je crois que chaque partie a autant d'importance, le plâtre, les béquilles et la rééducation finale - réapprendre à vivre sans le produit. Tout en prenant le temps de respecter chaque étape.

Quand tu dis que tu es contente de voir qu'il a baissé sa prise de méthadone - effectivement, c'est un bon signal - mais il me semble que le plus important c'est une sorte d'équilibre global - si baisser la méthadone remet la plaie à vif et devient trop lourd à gérer, peut être vaut-il mieux remonter un peu la méthadone.
Quand il dit que c'est rien, la bière, il ne ment pas - c'est le discours officiel des mecs - deux trois bières le soir - sauf que je suis d'accord avec toi, ce n'est pas rien.
Tu as raison d'être attentive là-dessus - ma hantise, une fois sortie de la came, c'était de tomber dans l'alcool (j'ai vu tellement de gens faire ce chemin-là... hélas...)
Des études montrent que les gens sous méthadone ont tendance à se mettre à boire - peut être plus que ceux sous subutex ? j'ai parcouru en biais ces articles - https://www.pistes.fr/swaps/38_378.htm et ici https://www.rvh-synergie.org/pris...one-sur-la-consommation-dalcool.html et là https://ascpjournal.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13722-016-0065-6

Donc grosso modo un tiers des gens sous méthadone se tournent vers l'alcool en auto-médication - parfois sans même s'en rendre compte, et clairement l'alcool potentialise les effets de la méthadone, de façon mécanique - éthanol, blablabla - accroissant les risques de rechute et de problèmes divers. Le mélange "défonce" légèrement, désinhibe, et c'est là qu'on fait des conneries.... En plus c'est pas particulièrement bon pour le foie, le cerveau et le système respiratoire.

Donc il faudrait qu'il prenne conscience que ce n'est pas juste quelques bières, et que le piège, c'est que petit à petit il retombe dans une addiction différente. Le problème, c'est pas le produit en lui-même, c'est la relation qu'on a avec...
Limite, si c'est trop dur, je pense qu'il vaudrait mieux remonter la métha, plutôt que s'auto médicamenter en risquant une addiction à l'alcool. Ils ont l'air de dire qu'aux states, ils règlent le problème avec du spray nasal de Naltrexone - un inhibiteur des opiacés (endogènes et exogènes) utilisé à l'origine dans le traitement des toxicomanies aux opiacés puis dans celui de l'alcoolisme chronique (source Wkpd). Mais qu'avant de mettre ce traitement en place, il faut avoir décroché complètement de la métha (et puis le système US de prise en charge va souvent au moins cher, donc je ne sais pas qu'elle est la position de la France là-dessus, je n'avais jamais entendu parler de ce médicament avant de faire ces recherches.)

Bref, après cette avalanche de documentation, mon avis perso c'est qu'il est sur la bonne voie et qu'il a de la chance de t'avoir à ses côtés, que vous pourriez peut-être discuter du fait que tu aimerais t'impliquer dans son parcours de guérison, et pouvoir discuter avec des gens du centre méthadone - il y a une possibilité de prise en charge pour les familles, partenaires de vie, puisque vous êtes en première ligne - tu peux voir un autre infirmier qui ne te donnera pas d'infos persos sur lui, mais te permettra justement de trouver les bons mots, de

poser tes craintes là-bas pour ne pas non plus que ça pollue votre vie de couple, de le tirer vers le haut sans pour autant lui donner l'impression d'être fliqué et de pouvoir toi aussi poser tes questions et avoir du soutien. Lui faire comprendre que tu as besoin d'être rassurée - au centre, ils savent gérer ce genre de chose et proposent des suivis différents.
Enfin ça doit venir de lui, tu peux pas le changer, juste l'accompagner dans son changement. Bonne journée.
Blue

Elia7 - 04/05/2020 à 15h47

Merci pour ton message blue , vraiment ça m’a presque soulagé ce que tu me dis , j’avais peur de pas me faire comprendre et qu’on pense que je ne suis pas comprehensive .
Ton message m’éclaire vraiment dans le sens où j’ai le sentiment aussi qu’il veut s’en sortir et ce qui tu expliques au sujet de l’alcool , c’est tout à fait ce que je pensais .
Je pense qu’il n’a pas conscience que ça peut réellement remplacer son ancienne addiction .
Et du coup je vais lui parler et lui parler de cette manière , que s’il pense qu’il faudrait un peu augmenter la méthadone , que je préfère qu’il le fasse plutôt que de tomber dans une autre d’addiction , je veux vraiment qu’il se sente en confiance .
Je ne savais ps trop si je pouvais consulter ou alors contacter la mdedecin qu’il voit au centre , pour qu’elle m’aide à pouvoir l’entourer correctement .
Il est vrai que j’ai envie de lui faire confiance et de l’encourager sans le brusquer , mais par moment inconsciemment j’ai peur qu’il retombe sans que je m’en rende comte étant donné que je ne connais pas du tout ce milieu .

Tu as réussie à sortir complètement toi ? Si ce n’est pas indiscret .
Moi , s’il doit prendre de la méthadone toute sa vie ça m’est égale , je suis plutôt ouverte et à l’écoute , je pense que tout le monde peut dériver pour différentes raisons aujourd’hui mais je veux vraiment pas qu’il retombe j’aimerais qu’il se sente bien .
Aujourd’hui il me dis qu’il a même pas besoin de ça , qu’il sait qu’il retombera pas dedans mais je lui ai dit que je ne voulais pas qu’il arrête , que je voulais qu’il écoute son médecin , et effectivement je pense qu’il veut paraître bien et non dépendant justement par rapport à moi , Parceque je ne suis pas dedans , comme s’il avait honte ..
en tout cas merci beaucoup pour la réponse , vraiment ça me fais du bien .

Profil supprimé - 06/05/2020 à 12h40

Tout arrêté les drogues il y a vingt ans - sauf la fumette, que j'ai pratiqué à certains moments. Puis le milieu de la fumette a profondément changé - avant y'avait les mecs qui vendaient le shit, les mecs qui vendaient le reste, maintenant c'est devenu allopizza de la défonce, et le mec te propose tout en même temps. Puis j'ai réalisé que les grossistes étaient pas spécialement dans une démarche féministe et d'égalité des sexes - ^^ - et souvent liés à de la pros, ou d'autres trucs vraiment pas cool, une forme d'exploitation des mules, des gens, des femmes et des enfants qui récoltent, sans compter que y'a pas beaucoup de meufs dans le business, et que le milieu est très macho - donc j'ai fait pousser ma be bio. Puis j'ai tout arrêté parce que je suis dans une démarché de vie saine, que je veux arrêter de fumer tout court et que mon fils a récupéré la chambre d'ami où je faisais pousser trois pieds pour en faire une salle de sports...
Je prends entre deux et 4 mg de sub par jour, ça dépend des périodes, je pense qu'il vaut mieux que j'arrête le tabac et que je prenne un peu de sub. C'est ce qui me permet de croiser des toxs ou de la drogue sans même y penser, sans en avoir envie, cela me sert de "régulateur de l'humeur" en quelque sorte. ça me donne un confort de vie et me permet de tenir sans même y penser, et de me concentrer su d'autres problématiques.

Profil supprimé - 06/05/2020 à 20h23

Ayant moi même consommé et sous traitement méthadone actuellement je peux déjà te dire qu'être à 25mg de metha c'est très peu.
Après si il t'en a parler c'est qu'il te fais confiance ce n'est pas évident de le dire à autrui.
Pour te dire je suis restée 3 ans avec mon ex je n'ai jamais oser lui en parler car il était dans le même cas que toi, jamais consommé et il ne connaissait rien ni personne à ce milieu.
Honnêtement si il passe des week-ends entier chez toi sans faire des aller retour aux toilettes ou partir plusieurs fois dans la journée pour quelques minutes tu n'a PAS À T'INQUIÉTER
C'est bien que tu sois là pour lui c'est important d'être entouré et concernant l'alcool qui plus est un mec qui travail dans le bâtiment moi ça ne me choque pas les 3 bières les soirs, il est pas bourré tous les soirs apparemment et il ne bois pas du sky ou de la vodka donc moi je ne m'inquieterais pas trop.
Bonne continuation